

Barreras percibidas entre los jóvenes para no participar en actividades de ocio

Aurora Madariaga* y Sheila Romero*

BARRIERS TO PARTICIPATION IN LEISURE ACTIVITIES AS PERCEIVED BY YOUNG PEOPLE. Leisure, Barriers, Young people, Gender.

ABSTRACT: This article focuses on knowing that factors of school, family and personal sphere are perceived by young people, by gender, as barriers for non-participation in leisure activities they like. Barriers has been a topic widely studied by social psychology from the 80s, addressing studies have focused on specific groups and identifying in all cases barriers of different nature: economic, social, educational and psychological. The youth has also been studied from different perspectives, with emphasis on the one hand in the evolution of leisure practices and on the other, the risks associated with behaviors of youth leisure; undoubtedly it has to include the role of leisure in that life step as an area of socialization, factor that contributes to the development of identity and personal welfare. In this study, at national level, 684 young high school students, whose ages are between 16 and 27 years. One of the main results is that young people practice more activities of a recreational nature, like being with friends or surfing the Internet, and that although they would like to practice more sport do not for lack of time, this barrier is higher in girls who have less availability. Significant gender differences also appear in the perception of well-being.

Los estudios de ocio vinculados a la psicología y relacionados estrechamente con la conducta humana han ido evolucionando en las últimas décadas (Bryant y Veroff, 2007; Kleiber, Walker, y Mannell, 2011; Moscovici, 2000; Neulinger, 1980), profundizado en temas tales como las barreras y beneficios del ocio (Driver, Brown, y Peterson, 1991; Driver y Bruns, 1999; Kelly y Godbey, 1992), la satisfacción (Beard, y Ragheb, 1980), el aburrimiento (Iso Ahola y Weissinger, 1990), necesidades e intereses en ocio (Elkington y Stebbins, 2014), todos ellos ligados al desarrollo humano. Actualmente preocupa especialmente el reconocimiento de múltiples experiencias de ocio (Cuenca, 2014), los aspectos negativos del ocio y las nuevas relaciones con la tecnología.

Las barreras se definen como todos aquellos factores que restringen, inhiben o limitan la capacidad de las personas de poder participar en actividades de ocio que desearían realizar (Jackson, 2000; Shogan 2002). Con relación a los estudios sobre barreras destacan aquellos cuyo objeto de estudio es un colectivo concreto, como mujer (Martínez, Fernández, y Camacho, 2010), poblaciones en riesgo de exclusión social (Ponde y Santana, 2000), personas con discapacidad (Allison y Hibbler 2004; Madariaga y Lazcano, 2014), inmigrantes (Stodolska, 1999) o personas mayores y acceso a tecnologías de la información y comunicación (García y Bermejo, 2004). Si nos centramos en el ámbito del ocio sobre el que persisten más barreras, el más estudiado en todas las edades y diferentes contextos sociodemográficos es el deporte (Ingham, 1986; Monteagudo y Cuenca, 2012). En el caso de los jóvenes se han analizado en

mayor medida patrones de participación más que barreras como tales (Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012; Boyd, 2008; Injuve, 2012; Salvador, 2009).

Hay un consenso general respecto al hecho de que las barreras que impiden el acceso al ocio no son sólo económicas, sino también sociales y educativas, y que esas barreras pueden estar muy presentes en el caso de los jóvenes (Crawford, Jackson, y Godbey, 1991).

En el itinerario vital de una persona se suceden algunos momentos en los que se producen transiciones críticas (Kleiber, et al., 2011) una de las primeras es el proceso de evolución de la adolescencia al período adulto (Kleiber, Hutchinson y Williamson, 2002) en el que cultivar la iniciativa y el compromiso va forjando el desarrollo de intereses y la definición de la identidad. La adolescencia es el inicio y la juventud la etapa en la que se continúa trabajando arduamente por el asentamiento de la propia identidad (Boyd, 2008) contextualizada en el desarrollo de una identidad grupal (Coatsworth, 2005). En este proceso, la socialización es el eje fundamental del desarrollo del joven y el ámbito del ocio constituye el espacio estrella para fomentar procesos de socialización y procesos sociales asentando las relaciones interpersonales (Rodríguez, 2010).

Los estudios sobre juventud motivados por las preocupaciones ligadas al desarrollo del joven (Ballesteros et al., 2012; Boyd, 2008; González-Anleo, López, Valls, Ayuso, y González, 2010; Injuve, 2012; Salvador, 2009) ponen el acento sobre aquellos comportamientos cercanos a los riesgos que se

Correspondencia: Sheila Romero. Instituto de Estudios de Ocio. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Universidad de Deusto. Avda. de las Universidades, 24, 48007, Bilbao, Bizkaia, España. Correo electrónico: sheila.romero@deusto.es.

*Instituto de Estudios de Ocio. Universidad de Deusto. Bilbao.

El texto que se presenta se vincula al subproyecto "De los tiempos educativos a los tiempos sociales: Participación de los jóvenes en la creación y gobernanza de sus espacios de ocio como factor de desarrollo personal" (EDU2012-39080-C07-03) incluido dentro del Proyecto de Investigación "De los tiempos educativos a los tiempos sociales: La construcción cotidiana de la condición juvenil en una sociedad de redes. Problemáticas específicas y alternativas pedagógico-sociales" (proyecto coordinado EDU2012-39080-C07-00), cofinanciado en el marco del Plan Nacional I+D+i con cargo a una ayuda del Ministerio de Economía y Competitividad, y por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER, 2007-2013).

Fecha de recepción: 18-03-2016. Fecha de aceptación: 19-09-2016

ponen de manifiesto en el tiempo de ocio (Berrios y Buxarrais, 2005; Livingstone, 2008), ahondando en aspectos relacionados con el género (Frost, 2003; Kafai, Heeter, Denner y Lin, 2008; Sun, 2008) y poniendo de relieve la importancia que tiene el ocio en la percepción de bienestar (Heintzman, 2000).

Una parte de los estudios se ha centrado en la actividad física y la práctica deportiva en diferentes subgrupos de edad y en diferentes aspectos algunos centrados más en la evolución (Romero, Madariaga y Lazcano, 2014) y otros describiendo las prácticas en adolescentes y ahondando en sus motivaciones (Aznar y Webster, 2006; Castillo, y Balaguer, 2001) o promoviendo actividad para paliar hábitos sedentarios (Samdal, Tynjälä, Roberts, Sallis, Villberg, y Wold, 2007; Santos, Gomes y Mota, 2005).

Dada la importancia de la etapa vital en la que se encuentra la juventud para forjar el desarrollo de intereses y hábitos y la propia identidad y considerando el riesgo que suponen las barreras en ocio en este colectivo. El objetivo de esta investigación radica en conocer qué factores del ámbito escolar, familiar y personal son percibidos por los jóvenes, en función del género, como barreras para la no participación en actividades de ocio.

Método

Participantes

Se optó por realizar un muestreo aleatorio al conjunto de la población estudiantil de enseñanza secundaria no obligatoria obteniendo finalmente una muestra de 1764 estudiantes. Para el presente estudio se han seleccionado aquellos estudiantes que previamente han manifestado su imposibilidad para realizar alguna de las prácticas de ocio que más les gustan suponiendo el 39% de la población total ($n = 684$), de los cuales el 58.5% son mujeres ($n = 400$) y sus edades se encuentran comprendidas entre los 16 y 27 años.

Procedimiento

Se acudió a institutos para acceder a la muestra de jóvenes. Una vez establecidos los contactos con los responsables de los centros, se les explicó la finalidad del estudio, la confidencialidad de los datos y se les pidió la participación voluntaria de los estudiantes para responder a un cuestionario en formato papel, solicitando las pertinentes autorizaciones paternales en caso de ser menores de edad.

Instrumento

Se utilizó un instrumento, sobre la construcción de la condición juvenil, diseñado entre diferentes grupos de investigación de la red Ociogune. La adecuación del instrumento a la población objeto de estudio, se realizó a través de una muestra piloto de 140 individuos distribuidos en ocho comunidades autónomas. Para el presente estudio, además de las variables de identificación y descripción de la muestra, se han seleccionado una serie de cuestiones de interés para la investigación. Éstas, están relacionadas con la opinión de los jóvenes sobre aspectos referentes a su vida cotidiana y que pueden limitar el acceso a las prácticas de ocio que desean realizar: satisfacción con la vida escolar, apreciación del ambiente familiar y percepción personal de los propios jóvenes. Las cuestiones mencionadas están formuladas en una escala Likert con gradación de cinco intervalos (1 = nada, a 5 = mucho).

Análisis de datos

Para identificar qué factores actúan como barreras para la no participación en prácticas de ocio se realizará la prueba de análisis de la varianza (ANOVA) y/o el Test de Brown Forsythe (Brown y Forsythe, 1974) en el caso de haber heterocedasticidad, así como el tamaño del efecto (Faul, Erdfelder, Lang y Buchner, 2007) y, de este modo, contrastar cómo difieren las percepciones de los jóvenes en función del género. Previo a este análisis resulta necesario, también, analizar cuáles son las prácticas de ocio que sí realizan los jóvenes, por ello, se calculará la tasa de variación para conocer cómo varían las preferencias por estas prácticas, y también, se analizarán cuáles son las prácticas que les gustaría realizar pero renuncian a ellas.

Resultados

Respecto a las prácticas de ocio que realizan los participantes en el estudio, en la Tabla 1 se muestran los ámbitos generales en las que se encuentran, aun no siendo la que les gustaría, las tres actividades de ocio que sí consideran más significativas, por orden de importancia. Estos ámbitos agrupan las más de 75 opciones de actividades que se les han propuesto a los estudiantes.

Mientras que las actividades de ocio que identifican como más significativas pertenecen al ámbito de la recreación en todos los casos ('salir con los amigos', 'navegar por internet', 'redes sociales', 'fiestas y celebraciones', entre otras), se observan variaciones en todos los ámbitos mostrados (Tabla 2). Así pues,

	Primera actividad más importante (1)		Segunda actividad más importante (2)		Tercera actividad más importante (3)	
	n	%	n	%	n	%
Cultura	166	24.3	206	30.01	204	29.8
Turismo	7	1	18	2.6	20	2.9
Deporte	204	29.8	145	21.2	112	16.4
Recreación	253	37	238	34.8	252	36.8
Otros	53	7.7	55	8	59	8.6
Ns/Nc	1	0.1	22	3.2	37	5.4
Total	684	100	684	100	684	100

Tabla 1. Ámbitos de las tres actividades practicadas.

mientras que las actividades turísticas no son muy significativas para los estudiantes, éstas ganan mucha importancia como segunda y tercera actividad (157.14% y 11.11% respectivamente). El deporte, a pesar de ser identificado por el 29.8% de los practicantes como actividad más significativa ($n = 204$), el descenso de su importancia es constante a lo largo de las tres opciones mostradas (-45.10%). Las actividades culturales también se ven incrementadas aunque no sea la primera opción de los estudiantes (22.89% de la primera a la tercera práctica señalada como más significativa).

Entre las actividades de ocio que los estudiantes no practican pero desearían hacerlo (Tabla 3), y aunque se observa que el género no influye en este aspecto, se comprueba que las actividades deportivas son las más demandadas. Entre los principales motivos que influyen en los jóvenes para no practicar las actividades de ocio más significativas, se puede observar cómo para ambos sexos la falta de tiempo es el motivo principal. Aunque el ítem 'varias causas', referido a una combinación de varias opciones, también es muy recurrido.

En cuanto al análisis de la varianza para contrastar las percepciones de ambos grupos, la Tabla 4 muestra cómo las percepciones entre ambos difieren en algunas de las cuestiones planteadas. Así pues, mientras que a los hombres les cuesta algo

mantener la atención en clase ($Mm = 2.39/Mh = 2.6$), las mujeres se sienten más agobiadas por todo lo que tienen que hacer ($Mm = 3.55/Mh = 2.92$), siendo el tamaño del efecto muy elevado en este último caso (d de Cohen .56). También son los hombres los que consideran que tienen algo de tiempo para estar con los amigos, ($Mm = 2.68/Mh = 2.99$), para hacer deporte ($Mm = 2.27/Mh = 3.01$), para ir a actividades extraescolares ($Mm = 2.21/Mh = 2.42$), o para hacer cosas que les gustan en general ($Mm = 2.57/Mh = 3.08$), observándose puntuaciones muy cercanas a 'poco tiempo' en las mujeres.

No se observan diferencias en las cuestiones relacionadas con el ambiente familiar, observándose puntuaciones más elevadas en este caso en ambos grupos.

En lo que respecta a las cuestiones relacionadas con la percepción personal de los jóvenes, se aprecian puntuaciones más elevadas en todos los casos por parte de los hombres, ya sea con el estado de salud ($Mm = 3.99/Mh = 4.17$), con la imagen corporal ($Mm = 3.30/Mh = 3.72$), con la forma física ($Mm = 3.17/Mh = 3.70$), con la percepción de ser físicamente activo ($Mm = 3.47/Mh = 3.42$) y con una opinión general sobre sí mismo favorable ($Mm = 3.77/Mh = 4.01$). Se observa un tamaño del efecto elevado en la percepción de la forma física (d de Cohen .50).

Ámbito	T 2-1	T 3-2	T 3-1
Cultura	24.09%	-0.97%	22.89%
Turismo	157.14%	11.11%	185.71%
Deporte	-28.92%	-22.76%	-45.10%
Recreación	-5.93%	5.88%	-0.40%
Otros	3.77%	7.27%	11.32%
NS/Nc	2100%	68.18%	3600%

$T =$ Tasa de variación relativa

Tabla 2. Tasa de variación en la práctica de ámbitos de ocio.

		Total	Mujer		Hombre		χ^2	p
		N	n	%	n	%		
Ámbito de la actividad a la que renuncian	Cultura	129	79	19.8%	50	17.6%	6.15	.292
	Turismo	50	31	7.8%	19	6.7%		
	Deporte	260	161	40.3%	99	34.9%		
	Recreación	118	59	14.8%	59	20.8%		
	Otros	38	20	5.0%	18	6.3%		
	Ns/Nc	89	50	12.5%	39	13.7%		
Motivo por el que renuncia a la actividad de ocio que más le gusta	Falta de tiempo	253	158	39.5%	95	33.5%	26.29	.006
	Falta de dinero	76	42	10.5%	34	12.0%		
	No tiene con quién	8	3	0.8%	5	1.8%		
	No hay dónde hacerlo en su localidad	11	9	2.3%	2	0.7%		
	Falta de decisión, pereza	16	7	1.8%	9	3.2%		
	Porque tiene muchas tareas escolares	40	21	5.3%	19	6.7%		
	No le deja su familia	13	7	1.8%	6	2.1%		
	Horarios incompatibles	22	12	3.0%	10	3.5%		
	Dificultades de transporte	2	1	0.3%	1	0.4%		
	Otra causa	31	7	1.8%	24	8.5%		
	Varias causas	202	127	31.8%	75	26.4%		
	Ns/Nc	10	6	1.5	4	1.4		

$\chi^2 =$ Prueba de Ji cuadrado; $p =$ valor de significación

Tabla 3. Ámbito y motivo de renuncia de la actividad de ocio que no realizan.

	Total (n = 684)		Mujer (n = 400)		Hombre (n = 284)		F	g.l.	p	d
	M	DE	M	DE	M	DE				
Le cuesta mantener la atención en clase	2.48	0.953	2.39	0.897	2.6	1.017	7.26	1. 561.3	.007	.22
Se siente agobiada/o por todas las cosas que tiene que hacer	3.29	1.123	3.55	1.044	2.92	1.13	54.71	1.579.3	.000	.56
Se siente fatigada/o al acabar las clases	2.95	1.191	3.00	1.208	2.88	1.167	1.44	1. 682	.229	.10
Tiene tiempo suficiente para estar con sus amigas o amigos	2.81	1.062	2.68	1.015	2.99	1.102	14.06	1.577.5	.000	.29
Tiene tiempo suficiente para estar con su familia	3.19	1.062	3.14	1.012	3.25	1.127	1.81	1. 682	.178	.10
Tiene tiempo suficiente para practicar deporte	2.58	1.213	2.27	1.091	3.01	1.247	63.83	1. 557.6	.000	.61
Tiene tiempo suficiente para ir a actividades	2.3	1.225	2.21	1.198	2.42	1.254	4.67	1.592.3	.031	.17
Tiene tiempo suficiente para hacer cosas que le interesan	2.78	1.105	2.57	1.029	3.08	1.139	36.91	1.570.1	.000	.46
El tiempo que pasa en el centro se le hace largo	2.06	1.046	2.01	1.012	2.12	1.092	1.63	1.682	.202	.10
El tiempo que pasa fuera el centro se le hace corto	3.89	1.177	3.92	1.209	3.84	1.131	0.73	1.682	.391	.07
La mayoría de las veces mi familia es ideal	3.52	1.072	3.53	1.045	3.51	1.11	0.09	1.682	.760	.01
Las condiciones de mi vida familiar son excelentes	3.58	1.038	3.56	1.009	3.61	1.079	4.27	1.682	.514	.04
Estoy satisfecho con mi vida familiar	3.87	1.132	3.88	1.112	3.85	1.161	0.12	1.682	.730	.02
He conseguido las cosas importantes que quiero en mi vida familiar	3.52	1.151	3.55	1.151	3.48	1.151	0.67	1.682	.410	.06
Si pudiera decidir sobre mi vida familiar no cambiaría nada	3.24	1.331	3.24	1.317	3.24	1.353	0.00	1.682	.958	.00
Algún día me gustaría tener mi propia familia	4.38	1.029	4.46	0.967	4.28	1.104	4.71	1.557.9	.030	.17
Actualmente, mi estado de salud es bueno	4.06	0.912	3.99	0.971	4.17	0.812	7.52	1.663.9	.006	.20
Estoy satisfecho con mi imagen corporal	3.47	1.125	3.3	1.166	3.72	1.018	24.83	1.653.4	.000	.37
Estoy en buena forma física	3.39	1.061	3.17	1.039	3.7	1.014	45.16	1.618.2	.000	.50
Soy una persona físicamente activa	3.66	1.178	3.47	1.203	3.92	1.091	25.51	1.642.7	.000	.38
En general, estoy a gusto con mi vida	3.87	0.982	3.77	1.003	4.01	0.936	10.24	1.633.7	.001	.25

Tabla.4. Percepción sobre aspectos de la vida cotidiana juvenil: Comparación de medias y tamaños del efecto.

Discusión

El principal objetivo de este artículo ha sido conocer qué percepción tienen los jóvenes sobre cuestiones limitantes vinculadas a la vida cotidiana (centro escolar, familia y percepción personal) para no realizar las actividades de ocio más significativas para ellos.

Previo al análisis para la consecución del mismo resultó necesario analizar qué era lo que consideraban significativo (Coatsworth, 2005; Salvador, 2009), lo que realmente deseaban practicar y los motivos para no hacerlo. Así pues, se ha visto que mientras que las prácticas de naturaleza más recreativa tales como estar o salir con los amigos (Rodríguez, 2010) y navegar por Internet (Berrios y Buxarra, 2005) son las que ocupan el mayor tiempo de ocio en los jóvenes estudiados, es el deporte el que se ve afectado por una mayor demanda que no puede ser satisfecha (Castillo y Balaguer, 2001), debiéndose principalmente a la falta de tiempo de los estudiantes. Ya había sido constatada la abundancia de barreras en este ámbito del ocio (Crawford et al., 1991; Ingham, 1986; Shogan, 2002).

La gran mayoría de prácticas deportivas requieren de perseverancia y constancia (Elkington y Stebbins, 2014) para su correcta práctica y disfrute, es decir, es necesario disponer

de tiempo para disfrutar con esa práctica (Martínez et al., 2010). De ahí que este ámbito no sea el más practicado por los jóvenes aunque si el más demandado e identificado como significativo.

Han sido varios los estudios que explican que la falta de tiempo constituye una de las principales barreras (Jackson 2000; Stodolska, 1999) que influyen en el abandono de las prácticas de ocio o en el hecho de no practicarlas.

Son las mujeres jóvenes las que manifiestan que se sienten ‘bastante’ agobiadas por todas las cosas que tienen que hacer y presentan puntuaciones más bajas a la hora de percibir el tiempo disponible para estar con los amigos o para hacer actividades de ocio que les gustan (Lin, 2008) siendo éste percibido como poco, aunque los hombres reflejen puntuaciones más cercanas a ‘algo de tiempo’, en ambos grupos se observa la falta de tiempo percibido.

En cuanto a la percepción de bienestar personal en el colectivo juvenil, se observa una mejor autopercepción y una actitud más proactiva por parte de los hombres en todos los aspectos, reflejándose puntuaciones inferiores en las mujeres. Por ello se reitera la importancia que tiene el ocio en la percepción del bienestar del joven (Heintzman, 2000).

Cabe señalar las diferencias entre mujeres (Frost, 2003; Kafai et al., 2008) y hombres jóvenes en cuanto a la percepción

del tiempo disponible, las obligaciones escolares o de otra naturaleza, y la valoración de índices relacionados con el bienestar personal. (Heintzman, 2000).

El tiempo de ocio es un marco espacial y temporal que permite promocionar las potencialidades de la persona (Cuenca, 2014), darle protagonismo, autonomía, responsabilidades, conocer situaciones diferentes, vivir nuevas experiencias, descansar,

divertirse, tener iniciativas, decidir y elegir, participar, y relacionarse con los demás en entornos diferentes al habitual. El ocio facilita el aprendizaje de comportamientos sociales, es un espacio de participación social, favorece el desarrollo de actitudes, las prácticas de ocio contribuyen al desarrollo integral (Kleiber et al., 2002), y la interacción entre iguales por ello resulta necesario coordinar los tiempos educativos con los tiempos de ocio.

BARRERAS PERCIBIDAS ENTRE LOS JÓVENES PARA NO PARTICIPAR EN ACTIVIDADES DE OCIO

PALABRAS CLAVE: Ocio, barreras, jóvenes, género.

RESUMEN: Este artículo se centra en conocer qué factores del ámbito escolar, familiar y personal son percibidos por los jóvenes, en función del género, como barreras para la no participación en actividades de ocio que les gustan. Las barreras han sido un tema ampliamente estudiado por la psicología social desde los años 80, abordando estudios que se han centrado en colectivos concretos e identificando en todos los casos barreras de diferente naturaleza: económicas, sociales, educativas y psicológicas. El colectivo joven ha sido también estudiado, desde diferentes ópticas, poniendo el acento, por un lado en la evolución de las prácticas de ocio y por otro, en los riesgos asociados a conductas de ocio juvenil; indudablemente cabe destacar el papel del ocio en ese ciclo vital como: ámbito de socialización, factor que contribuye al desarrollo de la identidad y elemento de bienestar personal. En este estudio, de ámbito estatal, participan 684 jóvenes estudiantes de institutos, cuyas edades se encuentran entre los 16 y 27 años. Uno de los principales resultados obtenidos es que los jóvenes practican más actividades de índole recreativa, tales como estar con los amigos o navegar por Internet, y que a pesar de que les gustaría practicar más deporte no lo hacen por falta de tiempo, esta barrera es mayor en las chicas que presentan menor disponibilidad. También aparecen diferencias significativas por género en la percepción de bienestar.

Referencias

- Allison, M. T., y Hibbler, D. K. (2004). Organizational barriers to inclusion: perspectives from the recreation professional. *Leisure Sciences*, 26, 261–280.
- Ballesteros, J. C., Megías E., y Rodríguez, E. (2012). *Jóvenes y emancipación en España*. Madrid: FAD, INJUVE y Obra Social de Caja Madrid.
- Beard, J. G. y Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20–33.
- Berrios, Ll. y Buxarrais, M. R. (2005). Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y los adolescentes. Algunos datos. OEI, *Monografías virtuales: Ciudadanía, democracia y valores en sociedades plurales*. Disponible en: <http://www.campus-oei.org/valores/monografias/monografia05/reflexion05.htm>.
- Boyd, D. (2008). Why youth's social network sites: the role of networked publics in teenage social life. En D. Buckingham (ed). *Youth, identity, and digital media* (pp.119–142). Cambridge, MA: The MIT Press.
- Brown, M. B. y Forsythe, A. B. (1974). Robust tests for equality of variances. *Journal of the American Statistical Association*, 69, 364–367.
- Bryant, F. y Veroff, J. (2007). *Savoring: A new model of positive experience*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Castillo, I., y Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 63, 22–29.
- Coatsworth, J. D. (2005). Exploring adolescent self-defining leisure activities and identity experiences across three countries. *International Journal of Behavioral Development*, 29, 361–370.
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., y Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309–320.
- Cuenca, M. (2014). *Ocio valioso*. Documentos de Estudios de Ocio, 52. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Driver, B. L., Brown P. J., y Peterson G. L. (eds.). (1991). *Benefits of leisure*. State College: Venture.
- Driver, B. L. y Bruns, D. H. (1999). Concepts and uses of the benefits approach to leisure. En E. L. Jackson y T. L. Burton (eds.). *Leisure studies. Prospects for the twenty-first century* (pp. 349-369). State College: Venture.
- Elkington, S. y Stebbins, R. A. (2014). *The serious leisure perspective: An introduction*. New York, NY: Routledge.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., y Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175–191.
- Frost, L. (2003). Doing Bodies Differently? Gender, Youth, Appearance and Damage. *Journal of Youth Studies*, 6(1), 53–70.
- García, N., y Bermejo, A.B. (2004). *Tic para personas mayores*. Madrid: CEDITEC.
- Gonzalez-Anleo, J. M., López, J. A., Valls, M., Ayuso, L., y González, G. (2010). *Jóvenes Españoles 2010*. España: Ediciones SM-FSM.
- Heintzman, P. (2000). Leisure and Spiritual Well-Being Relationships: A Qualitative Study. *Loisir et Société / Society and Leisure*, 23(1), 41–69.
- Ingham, R. (1986). Psychological contributions to the study of leisure—Part one. *Leisure Studies*, 5, 255–279.
- Injuve. (2012). *Informe juventud en España 2012*. Disponible en: http://www.injuve.es/sites/default/files/2013/26/publicaciones/IJE2012_0.pdf

- Iso-Ahola, S. E. y Weissinger, E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22, 1–17.
- Jackson, E. L. (2000). Will research on leisure constraints still be relevant in the twenty-first century? *Journal of Leisure Research*, 32(1), 62–68.
- Kafai, Y. B., Heeter, C., Denner, J., y Sun, Y. J (Eds.). (2008). *Beyond barbie and mortal kombat: new perspectives on gender and gaming*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Kelly, J. R. y Godbey, G. (1992). *The sociology of leisure*. State College, PA: Venture.
- Kleiber, D. A., Hutchinson, S. L., y Williams, R. (2002). Leisure as a Resource in Transcending Negative Life Events: Self-Protection, Self-Restoration, and Personal Transformation. *Leisure Sciences*, 24, 219–235.
- Kleiber, D. A., Walker, G. J., y Mannell, R. C. (2º ed.) (2011). *A social psychology of leisure*. Mannell, State College, CA: Venture Publishing.
- Lin, H. (2008). Body, space and gendered gaming experiences: a cultural geography of homes, cybercafes and dormitories. En Y. B. Kafai, C. Heeter, J. Denner, y Y. J. Sun (Eds.) *Beyond barbie and mortal kombat: new perspectives on gender and gaming* (pp. 54–67). Cambridge, MA: MIT Press.
- Livingstone, S. (2008). Learning the lessons of research on youth participation and the internet. *Journal of Youth Studies*, 11, 561–564.
- Madariaga, A. y Lazcano, I. (2014). *Estudio sobre la situación del ocio de la juventud con discapacidad en Bizkaia*. Diputación Foral de Bizkaia. Bilbao: Diputación Foral de Bizkaia.
- Martínez, O., Fernández, E., y Camacho, M. J. (2010). Percepción de dificultades para la práctica de actividad física en chicas adolescentes y su evolución con la edad. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 99(1), 92–99.
- Monteagudo, M. J. y Cuenca, M. (2012). Los itinerarios de ocio desde la investigación: tendencias, retos y aportaciones. *Revista interuniversitaria de Pedagogía social, Tiempos educativos, tiempos de ocio*, 20, 103-136.
- Moscovici, S. (2000). *Social Representations: Explorations in Social Psychology*. Cambridge: Polity Press.
- Neulinger, J. (1980). *The psychology of Leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Ponde, M. P., y Santana, V. S. (2000). Participation in leisure activities: is it a protective factor for women's mental health? *Journal of Leisure Research*, 32, 457–472.
- Rodríguez, E. (2010). Socialización y referentes socio-grupales en la construcción de identidad juvenil. *Educación y Futuro: Revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 22, 55–70.
- Romero, S., Madariaga, A., y Lazcano, I. (2014). Principales características de la práctica deportiva de los jóvenes vascos con discapacidad. En, Perez Serrano, G., y De-Juanas Oliva, A. *Educación y jóvenes en tiempos de cambio* (pp. 485-493). Madrid: UNED.
- Salvador, T. (2009). *Adolescentes y jóvenes: ocio y uso del tiempo libre en España*. Delegación del gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Samdal, O., Tynjala, J., Roberts, C., Sallis, J. F., Villberg, J., y Wold, B. (2007). Trends in vigorous physical activity and TV watching of adolescents from 1986 to 2002 in seven European Countries. *The European Journal of Public Health*, 17, 242–248.
- Santos, M. P., Gomes, H., y Mota, J. (2005). Physical activity and sedentary behaviors in adolescents. *Annals of Behavioral Medicine*, 30(1), 21–24.
- Shogan, D. (2002). Characterizing constraints of leisure: a Foucaultian analysis of leisure constraints. *Leisure Studies*, 21(1), 27–38.
- Stodolska, M. (1999). Assimilation and leisure constraints: dynamics of constraints on leisure in immigrant populations. *Journal of Leisure Research*, 31, 521–551.